

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп		День				14.02.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	11,28	203.5	2.96	2.56	2.44
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	200	3,02	61	0.06	5.81	0.11
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	30	2,06	72.8	2.58	0.24	14.21
	гор.блюдо	255	Печень по-строгоновски	80	36,46	142	12.83	14.8	112
Завтрак 2	фрукты	338	Киви	128	17,44	36.13	0.6	0.4	15.3
Обед	закуска								
	1 блюдо	113	Суп-лапша домашняя на курином бульоне	250	17,56	94.6	2.35	2.8	16.78
	2 блюдо	288	Птица отварная	30	13,85	130	26	16	11.76
	гарнир	302	Каша перловая рассыпчатая	150	6,45	243.75	5.1	7.5	11.76
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной	30	1,65	46	2	1	15